



Утверждаю:
Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.
Дата: _____ г.

10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 8 (Среда)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	14	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97	0,08	24,45
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	210(200/10)	320,3	8,74	12,49	43,87	23,12
3.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	6,99
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	0,04	0,32	19,44	4,05
6.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	575	583,5	18,47	19,28	81,77	74,29

Обед

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	47	Салат из квашеной капусты.	100	125,08	2,4	7,49	11,52	9,28
2.	111	Суп с макар изделиями	250	118,02	2,28	5,02	15,66	4,77
3.	234/330	Котлеты рыбные со сметан. соусом	100(50/50)	118,76	7,23	5,02	10,95	23,36
4.	312	Пюре картофельное	230	253,42	4,88	12,59	30,29	25,27
5.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	14,90
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	940	889,29	34,85	32,78	122,79	85,88

Старший повар

Чернова А.В.

Бухгалтер о/п

Виноградова Л.В.

Согласовано:
Иванов Н.П.
Директор
название учреждения
Иванов Н.П.
Ф.И.О.
Дата: г.

Утверждаю:
Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.
Дата: г.

10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 9 (Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				б
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	146,2	2,36	8,49	14,66	15,07
2.	204	Макароны отварные с сыром	205(200/5)	286,32	10,97	9,41	38,33	35,19
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,97	3,42	26,08	12,60
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	15,10
6.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	625	778,52	25,82	26,64	108,59	97,69

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из свеклы отварной	100	89,85	1,35	6,08	7,87	4,88
2.	106	Суп крестьянский с крупой	250	109,76	1,89	4,97	14,28	5,51
3.	280/331	Фрикадельки из говяд., тушен. в томат. соусе	100(50/50)	153,75	7,99	9,09	10,99	54,47
4.	303	Каша пшеничная вязкая	200	230,22	5,5	8,39	32,65	10,66
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	12,00
		Кондит. изд.	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	910	873,61	34,81	31,19	124,57	95,82

Старший повар

Чертова Н.В.

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В.

Согласовано: Иванов. И.П. Сред
 Директор Иванова О.Н. Иванова О.Н.
 название учреждения
 Дата: г.

Утверждаю:
 Дата: г.

10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 10 (Пятница)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	б
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	260(250/10)	351,13	11,73	12,89	46,35	26,51
2.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,3	2,73	24,96	11,53
3.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
4.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
5.		Итого	600	637,63	18,17	16,34	100,55	57,77

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность					Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод		
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	100	72,19	1,26	0,13	22,28		10,20
2.	103	Суп картофельный с макарон. изд.	250	121,95	2,82	2,79	20,91		4,77
3.	290/330	Птица, тушен. в сметан. соусе	100(50/50)	113,6	14,42	19,99	2,95		22,87
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая	200	359,91	11,66	8,7	57,26		13,07
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87		8,49
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28		3,28
		Итого	890	874,61	33,04	32,29	147,55		62,68

Старший повар Иванова О.Н.
 Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.

Согласовано:
Директор И.И. Иванов
название учреждения
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:
Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.
Дата: _____ г.

10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 6 (Понедельник)

Завтрак

№ п/п	№ по С	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,77	7,95	14,62	23,46
2.	174	Каша молоч.рисовая с маслом	210(200/10)	281,28	6,1	11,38	39,1	26,22
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,97	3,42	26,08	12,60
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	0,52	0,16	9,72	2,03
5.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,68
		Итого	580	679,68	17,76	23,31	99,32	79,99

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	100	72,19	1,26	0,13	22,28	10,20
2.	102	Суп картофельный с горохом	250	148,29	5,13	5,33	19,5	6,15
3.	269/331	Биточки рублен. с томатным соусом	100(50/50)	198,72	11,46	11,45	13,81	58,06
4.	321	Капуста тушен.	230	159,17	4,8	6,18	21,78	32,30
5.	348	Компот из кураги	200	124,18	1,08		31,33	14,48
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	940	883,75	41,45	25,75	139,42	129,49

Старший повар И.И. Чертова И.В.

Бухгалтер о/п И.И. Чертова И.В.



Директор

Согласовано:
Иванов Н.П. *Иванов Н.П.*

наименование учреждения

Дата:

Ф.И.О.

г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



10 дневное меню на 2024-2025 уч.год

Возрастная категория: с 12 лет и старше .

День 7 (Вторник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	
1.	330/223	Запеканка творож.со сметан.соус.	215(180/35)	409,5	28,76	21,95	23,41	78,42
2.	376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	1,52
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,4	4,39	27,11	12,26
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	15,10
Итого :			510	781,05	39,38	31,29	85,23	111,35

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	
1.	67	Винегрет овощной.	100	124,34	1,34	10,11	6,86	5,49
2.	82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255(250/5)	114,89	2,04	5,96	14,37	9,78
3.	294/331	Котлеты из филе птицы рублен. с томат. соусом	100(50/50)	110,05	9,81	10,41	10,8	35,23
4.	304	Рис отварной	200	266,9	4,91	8,14	47,83	19,86
5.	349	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	4,96
		Кондит.изд	20	83,2	15	2,14	14,44	5,02
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
Итого			915	923,43	36,39	37,28	142,79	83,62

Старший повар

И.В. Чертова

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В